

# Experiencia de Tutorías

Renzo Gismondi Díaz

7º semestre Psicoterapia  
Docente Lic. Jeannette Paredes

## RESUMEN

Este ensayo es un relato de una experiencia de crecimiento personal

*Palabras clave:* tutoría, experiencia, crecimiento personal

### Antes de comenzar

Es importante mencionar que sí tengo experiencia en el ámbito de tutoría y mis conocimientos además de los avanzados en clases, se apoyan en esta experiencia. Si bien en el colegio, acate el rol de “tutor” en primera instancia con un compañero con bajo rendimiento escolar; este rol era puramente contractual, para mí era una tarea más y me encargaba de lo sintomático del problema que a mi parecer eran las notas, así que solamente brindaba apoyo educativo y metodológico y veíamos temas bastante específicos de los avances de la materia. Lo cual luego de leer (Romo, 2011) comprendí que era más que todo una asesoría debido a las

características mencionadas y que en realidad mi trabajo como “tutor” propiamente dicho comenzó con una amistad muy cercana en el colegio, la cual me pidió ayuda y yo decidí brindársela. En esta oportunidad no solamente me enfoqué más en ella como persona y además abarcando temas más allá de lo académico, para comprender el porqué de sus dificultades en el colegio. Nada de lo que me decía salía de nuestros lugares de encuentros y al finalizar ese “bimestre” ella logró mejorar sus notas. Siguiendo los lineamientos de (Romo, 2011) logré enfocarme en esta persona como un ser integral, nuestras “sesiones” tenían una hora y un lugar donde podíamos estar tranquilos y ella cómoda de contarme lo que

deseara contarme, además de que tenía como finalidad mejorar su rendimiento educativo y darle contención emocional. Y además de esto soy parte del programa “Desarrollo Académico (PDA)” en el CIAP y mi posición es Tutor y capacitador de tutores. A lo largo de estos dos años y medio que formo parte del proyecto aprendí bastantes cosas. Este proyecto consiste en brindar ayuda académica a los estudiantes que están recursando materias y sus promedios se encuentran debajo de 55 puntos. Una de las cosas que aprendí es que las sesiones deben seguir ciertos lineamientos, además de que deben ser en lugares cerrados, donde la persona se sienta cómoda de hablar y expresarse (además de que se debe aclarar de la confidencialidad), tomando en cuenta TODOS los aspectos de su vida, por más que en momento inmediato yo no pueda ayudar a alguien a lidiar con su depresión, es de suma importancia tenerlo en cuenta y brindarle un apoyo basado en una preocupación sincera y auténtica. Finalmente aprendí que lograr empatizar con las personas y darles a entender que nuestra finalidad es su bienestar es clave para poder entablar una relación de confianza con ellos.

### Qué hicimos

Se realizó un encuentro de los estudiantes del 7mo. semestre de la materia de Psicoterapia (2019) con los estudiantes de Psicología de primer semestre (2019). Para que cada tutor encarne el rol de tutor, ya sea brindando apoyo emocional o ayuda académica a sus “alumnos”.

### Por qué lo hicimos

La idea nace cuando el docente Luis Nardin, comenta junto a su colega Jannette Paredes (nuestra docente) lo interesante que sería implementar en nuestra Universidad una idea que es bastante común en el exterior; que alumnos mayores y con experiencia se hagan cargo de alumnos de nuevo ingreso. Esta idea fue presentada a la Decana, Marion K. Schulmeyer y aprobada con éxito en el 2018. Siendo los estudiantes de ese año el “estudio piloto” logrando cumplir con todas las expectativas al terminar esa experiencia. La razón por la cual se vio necesario hacer esto, es porque el ingresar a la Universidad involucra un gran cambio, no solamente en lo académico, si no en los círculos sociales, en relaciones con los demás y también es un paso más cerca de la vida adulta. Y generalmente son cambios tan importantes como éste los cuales se consideran como amenazadores para ciertas personas. Por lo que esta idea tiene como objetivo que estudiantes que ya “sobrevivieron” a los primeros semestres que suelen ser los más difíciles y complicados de la Universidad (por el hecho de adaptarse a todo) ayuden a estudiantes de nuevo ingreso a integrarse de manera adecuada, evitando en lo posible el estrés y brindando experiencias sobre temas académicos (profesores, tipos de exámenes, como estudiar ciertas materias) mientras se crea un vínculo que en la mayoría de los casos podría durar hasta cuando ambas partes terminen la carrera.

## La vivencia

Honestamente cuando la profe nos comentó sobre el proyecto, su finalidad, el por qué debíamos hacerlo y en qué consistía el hacer todo este “programa” no estaba del todo convencido. Además de esto se notó en mí por parte de ciertas amistades cercanas y uno de mis padres un cierto descontento por realizar dicha actividad. A mi parecer no existía una finalidad objetiva en esta actividad y tampoco me llamaba la atención el tener que juntarme con alguien semanalmente de manera obligada. Para entenderme un poco mejor, nunca consideré difícil para mí hacer amistades, pero siempre considere que debía ser bajo mis propios términos y usualmente tiendo a percibir que me falta “tacto” a la hora de relacionarme con otros que no tienen intereses afines a mí.

El 22 de febrero fue el primer día de mi encuentro con Erika y debo decir que mi percepción de la actividad seguía siendo la misma, la verdad el plan era juntarme con ella de 10:30 a 11:00 para darle información de la actividad antes de comenzar. Esta sesión sería puramente informativa porque tenía el cumpleaños de mi padre y no podría quedarme hasta más de las 12:30. Al llegar a la cafetería la encontré y nos saludamos, ella se veía muy emocionada y eso me contagió también un poco de entusiasmo. De un momento a otro y entre risas y compartiendo historias sobre nuestros momentos divertidos de nuestras vidas y del colegio ella me preguntó si quería acompañarla a tomar un café y yo acepté; cuando vi la hora me

sorprendí que eran las 12:10 y me pareció curioso que el tiempo pasó volando. La acompañé rápido a que compre su café y la dejé en su clase para partir al cumpleaños de mi padre sin atrasarme. Si bien esta primera “sesión” no estuvo relacionado con una tutoría académica, logré mostrarme como era yo realmente, y empaticé bastante con ella y fijamos la próxima reunión.

Ahora sí, luego de este primer encuentro, estaba más emocionado de hacer esto; por lo que decidí leer un poco sobre qué es una tutoría para aumentar mis conocimientos. Utilizando un par de libros (Narro & Arredondo, 2013; Romo, 2011) confirmé que el enfoque que debía dar era integral, la formación de mi estudiante debía abarcar todas las áreas de su vida y no solamente lo educativo. Y precisamente fue en la segunda lectura donde encontré que la razón por la cual nos enfocamos en trabajar con estudiantes de primer año es porque ellos batallan con la transición de asistir a la universidad, que normalmente causa confusión, miedo y un reto, para poder adaptarse a todo este ambiente y si no logran lidiar con la transición de manera sana podrían hasta incluso dejar la universidad. Y por último, recalqué ciertos aspectos para mantener una buena tutoría, que consiste en tener un lugar donde mi alumna se sienta cómoda y segura de hablar, entablar una relación de confianza, fijar horarios y fechas, y por último, y nuevamente muy importante, abarcar algunos aspectos de su vida.

Las siguientes sesiones me sirvieron bastante en los siguientes aspectos:

En primer lugar aprendí a lograr un buen vínculo terapéutico basado en la terapia de Rogers enfocado en el cliente; teniendo en cuenta los tres aspectos fundamentales que son la empatía, la autenticidad y la estimación positiva incondicional (Arias, 2015). Si bien es algo que practico bastante en el trabajo con mis alumnos del Programa de Desarrollo Académico en el CIAP; siento que en este caso fue distinto, porque esta tutoría duraría más tiempo y tendríamos más sesiones en conjunto. Explicaré a detalle. En ningún momento fingí estando con ella, me comporté de la manera más real posible, si sentía alguna emoción complicada no dudaba en comentárselo para aclararle la situación y que ella también logre comprenderme. Por ejemplo: Tuve un pésimo día un jueves, (los días que nos reuníamos) y no dude en comentarle que si parecía decaído o sin muchas ganas de estar animado como siempre se debía al mal día y no a la reunión que tenía con ella. El ser honesto logró que ella también se abriera aún más contándome situaciones que se parecían a las mías y logramos empatizar bastante porque ambos pensábamos que eso no era muy común (y la forma de solucionarlo y sobrellevar esas situaciones tampoco era común) y me sentí más en confianza y cómodo con ella; al igual que ella conmigo. Así también desarrollé la empatía, la cual aumentaba en cada sesión. Por último, trabajé la aceptación positiva incondicional basándome en la confianza mutua y mi autenticidad de que de verdad estaba disfrutando estar con ella y el poder ayudarla a mejorar. Un día me contó algo que le daba vergüenza, porque siempre

se sentía juzgada cuando lo contaba y yo le aclaré que no estaba para juzgarla, en ningún momento la trataría diferente por algo que me fuera a contar y que si probablemente iba en contra de mis creencias se lo diría, pero a pesar de eso yo la apoyaría en todo (siempre y cuando no piense hacerse daño) y luego de sacarse eso del pecho la noté mucho más tranquila y feliz.

En segundo lugar, siento que algo que practiqué bastante fue la estructuración. En mis "tutorías" a mis amistades de colegio e incluso a mis amistades universitarias, las sesiones no eran estructuradas y eran más una ayuda improvisada de las cosas que tenía que hacer y cómo hacerlas, que hacía en ese momento. En cambio en esta situación trabajé en preparar las sesiones. Para la próxima sesión siempre tenía planeado qué temas tocar no sólo para conocer más a mi alumna, sino para comprender cuáles eran sus motivaciones, qué la ayudaba a seguir adelante, cuáles eran sus redes de apoyo y qué metas y objetivos quería alcanzar. Además de esto, traté de tomar en cuenta sus avances en la universidad, su resistencia al cambio; qué cosas le costaban, en qué problemas académicos podíamos intervenir y nunca era sentarnos a pensar en qué podíamos decir. Considero que esto me servirá muchísimo en el futuro cuando ejerza de profesional, porque supondrá que debo tener preparado todo en la sesión y cada cosa que prepare no será casual si

Y en tercer lugar este trabajo me ayudó a darme cuenta de algo que justamente comencé a dudar desde principios de este año. Debido a una suma de cosas,

entre ellas problemas con ciertas amistades, pensamientos intrusivos, ciertas dudas/preocupaciones y el leer bastante del tema en algunos libros siendo uno de ellos el de Cardemil (2016) llegué a la conclusión que mi apego era evitativo y bastante marcado. Ciertas características personales me hicieron creer esto. Para lograr crear este vínculo que además de Tutor fue de una amistad, el chatear con alguien nuevo en mi vida y poder fácilmente relacionarme con ella, expresando mis preocupaciones, miedos y también mis alegrías, me sacó de la cabeza esos pensamientos negativos que tenía. En esta relación, mantuve cierta distancia (necesaria) pero no por eso me alejé de ella, es más, me sentí bastante cercano y ahora entablamos una amistad bonita y además de eso me siento más seguro de acercarme a mis amistades y no mantener una distancia, además de expresar más mis sentimientos. Esto me ayudó bastante a recuperar amistades de las cuales me había alejado y a fortalecer mucho más mis lazos con dos de mis mejores amigas, a las cuales rara vez les decía lo importante que eran para mí. Siento que gracias a esta experiencia, trabajo poco a poco en mi apego seguro, dejando atrás el apego evitativo que creía tener.

### Conclusión

Para mi este trabajo fue enriquecedor, a pesar que al principio me parecía innecesario o no me convencía, terminé apreciándolo demasiado. Fue una oportunidad de poder asistir en el crecimiento personal y académico de alguien a lo largo de un semestre, para lograr que esa

persona “sobreviva” a esta etapa de transición tan complicada que es para nosotros al principio. Y no sólo eso, sino que también me ayudó a crecer a mi como persona y me acerca aún más, a mi meta de convertirme en un terapeuta eficiente y eficaz.

### Referencias

- Arias, G. W. (2015). Carl R. Rogers y la Terapia Centrada en el Cliente. *Avances en Psicología*, 23 (2), 141-148.
- Cardemil, R. A. (2016). *Apego Seguro*. Barcelona: Grupo Zeta.
- Narro, R. J., & Arredondo, G. M. (2013). La tutoría. Un proceso fundamental en la formación de los estudiantes universitarios. *Perfiles Educativos*, 35(141), 132-155.
- Romo, L. A. (2011). *La tutoría: Una estrategia innovadora en el marco de los programas de atención a estudiantes*. Mexico DF: Anuies.

\* El nombre del estudiante de primer año de Psicología fue cambiado para resguardar el acuerdo de confidencialidad.